

SOSIALISASI DAN LATIHAN TEKNIK DASAR OLAHRAGA BOLA TANGAN

Tara Ismarrangga¹, Sugiyanto², Agus Kristiyanto³

^{1,2,3}(Ilmu Keolahragaan, Program Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret)

ismarrangga4@gmail.com

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk memperkenalkan olahraga bola tangan dan melatih keterampilan teknik dasarnya, serta untuk meningkatkan minat dan partisipasi dalam kegiatan olahraga bola tangan. Metode penelitian ini adalah metode penelitian pengembangan, yang dilakukan dengan tiga tahap yaitu, (1) tahap analisis kebutuhan (studi pendahuluan), (2) tahap uji coba produk, (3) tahap uji efektifitas produk (eksperimen). Nilai hasil dari evaluasi keberhasilan sosialisasi di peroleh $t_{hitung} = 21,23 > t_{tabel} = 1,72472$, sedangkan nilai akhir dari tes keterampilan teknik dasar bola tangan diperoleh $t_{hitung} = 23,68 > t_{tabel} = 1,72472$. Berdasarkan data yang telah diperoleh, kesimpulan dari penelitian pengembangan model sosialisasi dan latihan teknik dasar bola tangan efektif diberikan pada Siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas di Kabupaten Mempawah Provinsi Kalimantan Barat.

Kata Kunci: model sosialisasi, teknik dasar, bola tangan.

PENDAHULUAN

Olahraga bola tangan *indoor* adalah olahraga beregu di mana dua regu dengan masing-masing tujuh pemain (enam pemain dan satu penjaga gawang). Tujuan dari permainan ini adalah setiap pemain berusaha memasukkan bola ke dalam gawang dengan cara dilempar. Permainan ini mirip dengan sepakbola, tapi cara memindahkan bola adalah dengan satu atau dua tangan pemain, bukan kaki.

Olahraga bola tangan *indoor* di Indonesia pada masa sekarang ini belum memasyarakat bila dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya seperti sepakbola, futsal, basket, bolavoli. Salah satu faktor belum memasyarakatnya permainan bola tangan adalah belum meratanya pengurus Provinsi Asosiasi Bola Tangan Indonesia (ABTI). Olahraga bola tangan masih sangat potensial di perkenalkan dan di kembangkan di daerah-daerah lain yang masih belum memiliki pengurus Provinsi maupun pengurus Kabupaten mengingat olahraga bola tangan adalah olahraga dinamis yang sebenarnya sangat menarik untuk di perkenalkan dan di kembangkan. Seperti yang telah diamanatkan dalam Undang-ndang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 21 “pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”, serta pasal 23 “masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan

olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik yang dilaksanakan atas dorongan Pemerintah dan atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri”. Untuk melakukan pengembangan dan pembinaan olahraga yang masih tergolong baru di masyarakat tentunya harus melalui tahapan awal dengan sosialisasi olahraga secara khusus kepada masyarakat untuk menanamkan dasar-dasar keterampilan gerak dalam usaha mencari bibit-bibit atlet yang berbakat dengan kondisi fisik dan mental yang sehat dan kuat untuk dikembangkan dalam mencapai prestasi yang tinggi. Sejalan dengan apa yang di katakan Kristiyanto (2012:26), “olahraga merupakan segala kegiatan yang sistimatis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial”.

Furqon (2005) megatakan bahwa “sosialisasi olahraga bertujuan untuk mendorong dan menggerakkan masyarakat agar lebih memahami dan menghayati langsung hakikat dan manfaat olahraga sebagai kebutuhan hidup, khususnya jenis olahraga yang bersifat mudah, murah, menarik, bermanfaat. Sosialisasi dapat pula berfungsi sebagai wahana dalam penelusuran bibit-bibit untuk membentuk atlet berprestasi. Sosialisasi olahraga merupakan dasar dari teori piramida dan sekaligus merupakan landasan dalam proses pembibitan dan pemanduan bakat atlet”. Sesuai yang terkandung di dalam Undang-undang sistem Keolahragaan Nasional nomor 3 tahun 2005 pasal 27 ayat 5 berbunyi “pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi melibatkan olahragawan muda potensial dari hasil pemantauan, pemanduan, dan pengembangan bakat sebagai proses regenerasi”. Oleh karena itu, dalam pembangunan olahraga perlu selalu meningkatkan dan memperluas sosialisasi di kalangan bangsa Indonesia dalam upaya membangun kesehatan dan kesegaran jasmani, mental dan rohani masyarakat serta membentuk watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, yang merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia. Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat merupakan bentuk upaya dalam melakukan pemassalan atau sosialisasi olahraga.

Prestasi atlet Nasional menuju jenjang Internasional tidak bisa muncul dengan sendirinya hanya berdasarkan bakat alam semata, namun harus diciptakan melalui pengembangan olahraga di daerah. Kita lihat banyak atlet-atlet yang berbakat lahir dari daerah-daerah. Melalui pertimbangan itulah masyarakat seharusnya ikut serta dalam segala kegiatan olahraga untuk melihat peluang dan potensi besar dari daerah dan ikut berpartisipasi dalam menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Harsono mengatakan (1993:32), “komponen-komponen sumber daya manusia meliputi: (1) potensi atlet, (2) potensi pelatih cabang olahraga, dan (3) potensi pengurus cabang olahraga”.

Olahraga bola tangan di Provinsi Kalimantan Barat masih belum memasyarakat dan belum memiliki kepengurusannya seperti olahraga yang sudah terlebih dahulu populer dan berkembang. Permasalahan inilah yang kemudian berdampak pada belum populernya olahraga bola tangan di Provinsi Kalimantan Barat maupun di daerah-daerah. Banyak hal kurangnya minat masyarakat dalam olahraga bola tangan, diantaranya belum mengetahui cara bermain maupun peraturan dari olahraga bola tangan, tidak adanya pengenalan olahraga bola tangan secara langsung pada masyarakat luas dan secara terprogram, tidak ada yang memperkenalkan atau melakukan demonstrasi-demonstrasi di masyarakat maupun di lingkungan Sekolah. Maka dari itu tujuan dari penelitian ini yang ingin dicapai adalah untuk meningkatkan minat dan partisipasi dalam mengikuti kegiatan olahraga bola tangan, serta bisa menjadi bahan acuan untuk memperkenalkan dan melatih keterampilan teknik dasar bola tangan di daerah-daerah lain khususnya di lingkungan Sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan (*research and development*), yang menggunakan metode pengembangan prosedural dari Borg dan Gall (1983:775), penelitian ini memiliki 10 langkah yaitu, *research and information collecting, planning, develop preliminary from of product, preliminary field testing, main product revision, main field testing, operational product revision, operational field testing, final product revision, dissemination and implementation*.

Adapun langkah-langkah yang dilakukan oleh peneliti pada penelitian pengembangan ini adalah sebagai berikut: Tahap pertama, analisis kebutuhan dan menyusun draft pengembangan dan pembuatan produk model sosialisasi dan latihan teknik dasar bola tangan. Tahap kedua, uji coba ahli (*expert judgment*), uji coba produk tahap I (kelompok kecil) dengan sampel 7 orang siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas, revisi produk I, uji coba produk tahap II (kelompok besar) dengan sampel 21 orang siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas, revisi produk II. Analisis data uji coba produk menggunakan teknik analisis deskriptif persentase, setiap analisis disesuaikan dengan pendekatan yang digunakan dengan menggunakan presentase (%). Tahap ketiga, uji efektifitas (eksperimen) produk ini dilakukan dengan menggunakan satu kelompok yaitu kelompok sampel dengan jumlah 21 orang siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas, karena dalam hal ini tidak memungkinkan untuk membagi ke dalam dua kelompok untuk membandingkannya karena siswa-siswa sebelumnya belum mengetahui cara bermain maupun teknik dasar dari bola tangan. Rancangan eksperimenya menggunakan penelitian Pra-eksperimen dengan desain *One-Shot Case Study*, yang di mana pada rancangan ini hanya terdapat satu kelompok sampel yang diberi *treatment*/perlakuan dan

selanjutnya diobservasi proses dan hasilnya. Prosedur penghitungan hasil uji efektifitas produk (ekperimen) menggunakan uji-t (uji pihak kanan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis kebutuhan diketahui olahraga bola tangan masih belum memasyarakat dan kalah populer dengan olahraga seperti futsal, sepakbola, bolavoli, hal tersebutlah sebagian besar guru Pendidikan Jasmani masih belum memperkenalkan olahraga bola tangan di lingkungan Sekolah, hal ini dikarenakan para guru Pendidikan Jasmani masih belum terlalu yakin dengan antusias siswa ketika diperkenalkan olahraga bola tangan tersebut. Selain itu guru-guru Pendidikan Jasmani mengemukakan bahwa belum mengetahui banyak tentang peraturan di dalam permainan bola tangan karena sebelumnya memang belum pernah ada yang mensosialisasikan olahraga bola tangan maupun peraturan permainannya. Tahap kedua yaitu melakukan uji coba produk. Uji coba produk dimulai dengan melakukan evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar.

Data evaluasi didapat dari 3 ahli dengan kualifikasi: 2 ahli akademisi dan 1 ahli praktisi bola tangan. Pada tahap evaluasi ahli akademisi bola tangan menilai dengan mengisi skala penilaian dengan mengisi butir soal yang berjumlah 28 butir soal. Ahli praktisi bola tangan menilai dengan mengisi skala penilaian dengan mengisi butir soal yang berjumlah 64 butir soal. Adapun penyajian data hasil dari evaluasi ahli bola tangan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Hasil Evaluasi Ahli

No	Ahli Bola Tangan	Skor Hasil	Skors Maks	Presentase
1	Ahli Akademisi I	109	140	78%
2	Ahli Akademisi II	112	140	80%
3	Ahli Praktisi	236	320	74%
	Jumlah	457	600	77%

Tabel 2 Presentase Hasil Evaluasi

Presentase	Keterangan
80 % - 100 %	Valid/digunakan
60 % - 79 %	Cukup Valid/digunakan
50 % - 59 %	Kurang Valid/diganti
< 50 %	Tidak Valid/diganti

(Sumber. Maksum, 2009:57)

Data hasil uji coba terbatas menggunakan 7 orang siswa dari masing-masing Sekolah, dilaksanakan di 3 Sekolah yang berbeda yaitu: SMA Negeri 1 Mempawah Hilir, SMA Negeri 2 Mempawah Hilir, dan SMK Negeri 1 Mempawah Hilir. Didapatkan skor rata-rata akhir di 3 Sekolah yaitu: SMA Negeri 1 Mempawah Hilir

70,90%, SMA Negeri 2 Mempawah Hilir 67,74%, SMK Negeri 1 Mempawah Hilir 70,08%.

Mekanisme pada saat pengambilan data untuk uji coba luas adalah dengan menggabungkan siswa-siswa dari ketiga Sekolah yang berbeda yaitu: SMA Negeri 1 Mempawah Hilir, SMA Negeri 2 Mempawah Hilir, SMK Negeri 1 Mempawah Hilir dengan jumlah sampel 21 orang siswa, dan didapatkan skor rata-rata akhir 81,63%.

Adapun penyajian data dari hasil uji efektifitas produk (eksperimen) dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 Data Hasil dari Keberhasilan Sosialisasi dan Tes Keterampilan Teknik Dasar Bola Tangan

Model	\bar{x}_i	S	N	μ_0	T
Sosialisasi Bola Tangan	12,76	0,62	21	10	21,23
Latihan Teknik Dasar Bola Tangan	88,71	3,63	21	70	23,68

Berdasarkan perhitungan yang telah diperoleh di tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata hasil penilai dari keberhasilan sosialisasi pada kelompok sampel diperoleh \bar{x}_i 12,76. Setelah perhitungan akhir dengan menggunakan uji-t pihak kanan diperoleh t_{hitung} 21,23. Kemudian dikonsultasikan ke tabel distribusi t satu pihak dengan $dk = 21-1 = 20$ dan taraf signifikan 5% diperoleh $t_{tabel} = 1,72472$.

Berdasarkan perhitungan yang telah diperoleh di tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata hasil penilaian dari tes keterampilan teknik dasar bola tangan pada kelompok sampel diperoleh \bar{x}_i 88,71. Setelah perhitungan akhir dengan menggunakan uji-t pihak kanan diperoleh t_{hitung} 23,68. Kemudian dikonsultasikan ke tabel distribusi t satu pihak dengan $dk = 21-1 = 20$ dan taraf signifikan 5% diperoleh $t_{tabel} = 1,72472$.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan tiga tahap yaitu: tahap analisis kebutuhan, uji coba produk, uji efektifitas, produk buku panduan berupa model sosialisasi dan latihan teknik dasar bola tangan menunjukkan bahwa produk ini dapat memperkenalkan olahraga bola tangan serta menambah antusias untuk berpartisipasi dalam segala kegiatan olahraga bola tangan dan dapat melatih keterampilan teknik dasar bola tangan secara efektif dan efisien pada siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas di Kabupaten Mempawah Provinsi Kalimantan Barat.

SARAN

Saran-saran untuk penerapan produk pengembangan ini terbukti efektif untuk memperkenalkan dan melatih keterampilan teknik dasar bola tangan pada siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas. Produk berupa buku panduan model sosialisasi dan latihan teknik dasar bola tangan pada siswa Sekolah Menengah Tingkat Atas dapat menambah bahan rujukan untuk memperkenalkan serta menambah antusias untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga bola tangan dan melatih keterampilan teknik dasarnya di daerah lainnya yang di mana belum memasyarakatnya olahraga bola tangan di lingkungan Sekolah Menengah Tingkat Atas di Provinsi Kalimantan Barat.

Saran-saran bagi peneliti lanjutan, pada penelitian pengembangan model sosialisasi dan latihan teknik dasar olahraga bola tangan ini dapat dilanjutkan agar pada model-model pengenalan olahraga bola tangan dan model-model latihan untuk melatih keterampilan teknik dasarnya lebih bervariasi dan dapat mencapai tingkatan yang lebih baik lagi serta subjek penelitiannya agar lebih luas.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus Kristiyanto. 2012. *Pembangunan Olahraga: Untuk Kesejahteraan Rakyat dan Kejayaan Bangsa*, Surakarta: Yuma Pustaka.
- Bogg, W & Gall, M.D. 1983. *Educational Reserch An Introduction*. New York : Longman.
- Furqon. Hidayatuloh. 2005. *Pembangunan Olahraga bagian intergral dari pembangunan bangsa*. Disampaikan dalam pengukuhan guru besar ilmu keolahragaan. (<http://si.uns.ac.id/profil/uploadpublikasi/pengukuhan/ORASI/FURQON.doc>). Diakses: Kamis, 26 Mei 2016. Pukul 16.47 WIB.
- Kemenegpora Republik Indonesia. 2005. Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Kemenegpora.
- Harsono. 1993. *Coaching dan Aspek-aspek dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK.
- Maksum, A. 2009. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.